

骨質疏鬆

李應紹博士

- = 低骨質量及骨組織變壞的骨骼病 → 骨脆弱及易骨折
- 年老女性多見。影響脊椎，髖及腕
- 髖骨折(最嚴重)：5-20%會於一年內死亡及>50%喪失能力
- 骨質密度(bone mineral density, BMD)由 dual X-ray absorptiometry 測量。建議有危險因素，X光異常，以前有脆弱骨折(fragility fracture)等病人檢查

脆弱骨折的危險因素

- 年老，低骨質密度，女性，脆弱骨折病史，父母親髖骨折病史，體重輕，缺乏活動，生活習慣(抽煙，酗酒)，疾病(如類風濕關節炎，退化性關節炎，內分泌病，慢性阻塞性肺病，糖尿病，腎衰竭等)

骨質疏鬆分類

- 正常 骨質密度與年輕正常成人平均值比不少於一標準差 (T score ≥ -1)
- 骨質過少 (osteopenia, 低骨質量) 骨質密度少於1 至 2.5標準差 (T score -1 至 -2.5)
- 骨質疏鬆 (osteoporosis) 骨質密度少於2.5標準差 (T score ≤ -2.5)
- 嚴重骨質疏鬆 骨質疏鬆併脆弱骨折

骨質疏鬆原因

- 遺傳，新陳代謝及環境因素決定骨成長，骨質量，鈣等穩性及骨質流失。而受年老，缺乏活動，荷爾蒙缺乏及營養狀態影響

骨質疏鬆治療

- 運動
- 鈣及維他命D補充
- **Calcitonin** 噴鼻劑
- **Biphosphonates** 如 **etidronate**, **alendronate**
- 副甲狀腺荷爾蒙